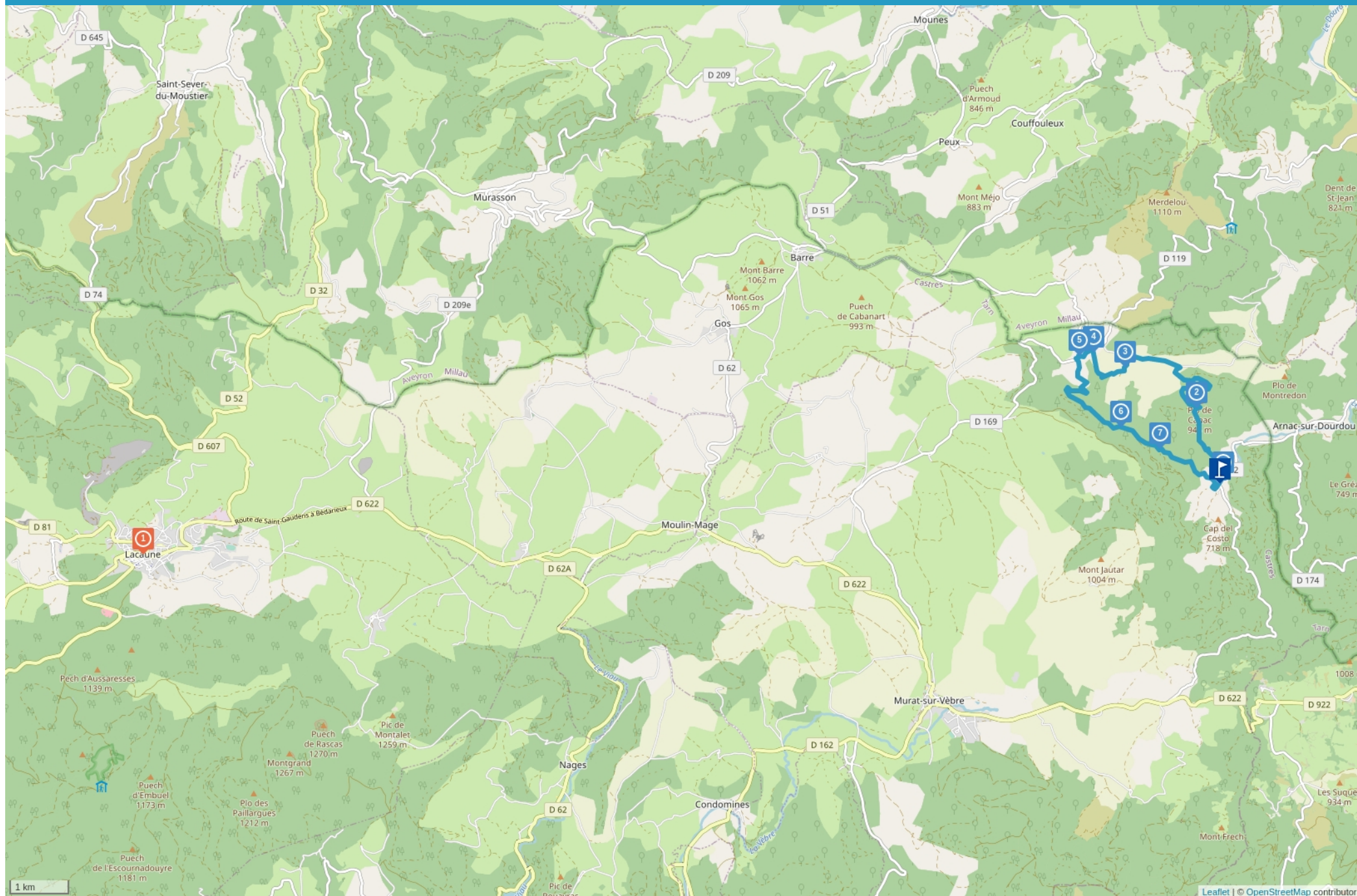


LE PLO DE CANAC



Cet itinéraire est délivré après expertise par les comités départementaux. Il répond aux critères de qualité définis par la FFRandonnée. www.ffrandonnee.fr/la-federation/espace-professionnels/labellisation-des-itineraires-pr



Mise à jour le 16/05/23 par Tarn Tourisme et généré par www.cirkwi.com

Le plo de Canac

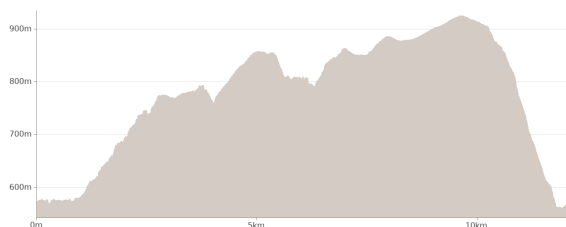
Proposé par : **Tarn Tourisme**

Validé par la FFRandonnée

"Ce PDF a été généré à partir de Cirkwi, la plateforme de partage d'activités touristiques qui vous fait voyager"www.cirkwi.com/circuit/61620



CDT Tarn, Pascale Walter



Départ : Haut du village - 81320 MURAT-SUR-VÈBRE

11.80 km

4h

maxi 924 m

mini 553 m

Difficile

519 m

-577 m

De la vallée escarpée du Dourdou, le sentier escalade les pentes pierreuses piquetées de buis jusqu'à atteindre le « Plo » où les hautes terres tarnaises et leur bise mordante cèdent le pas aux maquis méditerranéens et leurs tièdes effluves.

Énigmatiques statues-menhirs

Souvenirs du Néolithique (- 2 500 ans), d'intrigantes statues-menhirs jalonnent la partie orientale des monts de Lacaune. Façonnées par martelage avec un galet de pierre dure ou taillées en bas-relief par un piquetage en profondeur de la pierre, les mieux conservées d'entre elles portent les attributs sociaux de la masculinité ou de la féminité. Avec les menhirs, les cavernes peintes ou sculptées du Paléolithique supérieur (- 12 000 ans), ces statues-menhirs figurent parmi les rares manifestations artistiques subsistant des époques très lointaines. Leurs études n'apportent toujours pas de réponse(s) définitive(s). Énigmatiques et silencieuses, elles nous rappellent avec à propos et une simple élégance la dimension de nos incertitudes.

COMPLÉMENTS DE LOCALISATION

Parking : Dans Canac

PASSAGES DÉLICATS

Longue descente entre les points 7 et 8. Brouillard fréquent

CONTACT

Téléphone : 05 63 47 73 06

Email : tarn@ffrandonnee.fr

Site web :

<http://www.randonnee-tarn.com>

<https://www.tourisme-tarn.com/a-voir-a-faire/balades-et-randonnees/trouver-une-randonnee>

PÉRIODE D'OUVERTURE

Toute l'année.

TOPO/PAS À PAS

1- Dans le haut du village, prendre le chemin qui part entre une maison et la croix de fer. Il descend dans la vallée du ruisseau de l'Espeyres. Franchir le pont et poursuivre par le chemin à droite. Laisser un chemin à gauche. Le chemin domine des prés avant de passer à flanc dans les bois. Continuer par la piste à droite puis, à l'intersection suivante, partir encore à droite et grimper par le sentier. Emprunter à droite la piste forestière qui descend à Pante.

2- Gravier la voie bétonnée qui mène au Massié (! > panorama sur les vallons !).

3- Suivre la D 169 à droite puis le chemin à droite. Il conduit à Catonières.

4- Descendre dans le hameau et, avant le ruisseau, partir à gauche dans l'herbe. Le sentier, bordé de buis, traverse un talweg, puis remonte à gauche dans les prés. Franchir le portillon et continuer par le large chemin. Prendre la route à droite, laisser la ferme de Lardenas à droite et poursuivre par la route qui s'élève (point coté 885 m) en face.

5- Dans la descente, s'engager à droite sur la large piste. Laisser la piste à gauche et arriver à une nouvelle intersection. > Hors sentier: par la piste de gauche, accès au point de vue du plo de Canac.

6- Continuer par la piste principale. Elle contourne le plo de Canac par l'ouest puis dessine un virage en épingle.

7- Quitter le sentier en direction des ruines du château. Longer l'édifice par la gauche (possibilité d'y pénétrer) avant de descendre retrouver le sentier abandonné plus haut (! > descente longue et abrupte !).

8- Poursuivre la descente, puis emprunter la D 162 à droite pour rejoindre le point de départ.

CONSEILS ET SUGGESTIONS

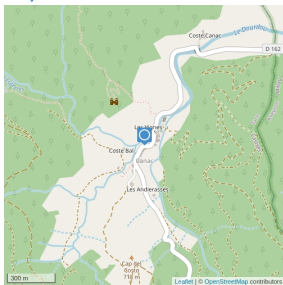
Demandez les fiches patrimoine

La châtaigne N° 10

Les traces d'animaux N° 26

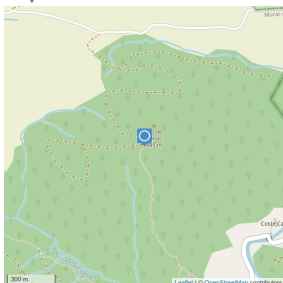


1

Canac - 81320 MURAT-SUR-VÈBRE - Altitude : 571m**Point 1**

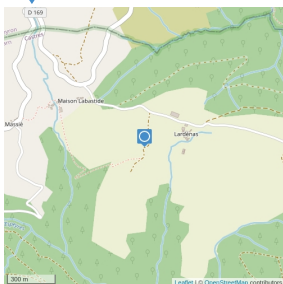
De la placette centrale, descendre la route. Franchir la rivière. A hauteur de l'église, monter le sentier à gauche. Sur le chemin, aller à gauche. Au premier châtaigner, prendre à gauche (cf. fiche patrimoine). Avancer tout droit. 30 m après, se glisser à gauche entre deux monticules. Suivre le raidillon. Sur le plat, poursuivre à main droite.

2

81320 MURAT-SUR-VÈBRE - Altitude : 901m**Point 2**

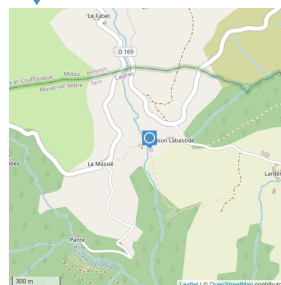
Sur la piste, partir à droite et prendre le virage en épingle. A la route, tourner à gauche. A Lardenas, continuer tout droit sur le goudron. 200 m après, bifurquer sur le chemin à gauche.

3

Lardenas - 81320 MURAT-SUR-VÈBRE - Altitude : 850m**Point 3**

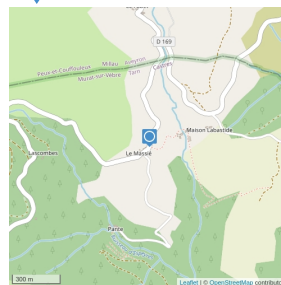
A la patte d'oie, prendre à droite. 80 m plus loin, plonger à droite en lisière de bois. A mi-pente, trouver le sentier à gauche entre les arbres. Refermer la clôture. En bas, virer en épingle à droite. Sur la plate-forme en herbe, partir à gauche. Allez en face sur le sentier. Poursuivre tout droit. (cf. fiche patrimoine)

4

Catonières - 81320 MURAT-SUR-VÈBRE - Altitude : 806m**Point 4**

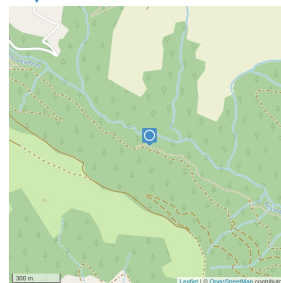
A Catonières, prendre à droite sur le goudron. 30 m après, virer à gauche derrière le dernier bâtiment. Traverser le ruisseau. Monter tout droit.

5

D169 - 81320 MURAT-SUR-VÈBRE - Altitude : 855m**Point 5**

Tourner à gauche sur la RD169. Traverser le hameau du Massié. A la sortie, tourner sur la première route à gauche jusque Pante. Continuer sur le chemin, à main gauche. A la patte d'oie, descendre à gauche. Continuer tout droit.

6

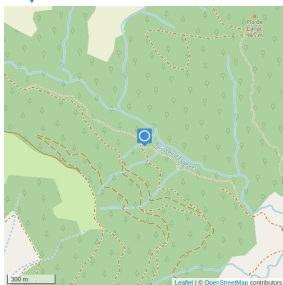
81320 MURAT-SUR-VÈBRE - Altitude : 767m**Point 6**

A la sortie d'une courbe à gauche, plonger à gauche vers un sentier en contrebas. Le prendre à droite. Sur la piste, aller à droite. A la patte d'oie, 25 m après, suivre le chemin à gauche.



7

81320 MURAT-SUR-VÈBRE - Altitude : 690m



Point 7

100m plus loin, quitter le chemin pour descendre à gauche. Pente abrupte en zigzag sur environ 60m. En bas, tourner sur le sentier à droite. Progresser tout droit. Sur le large chemin, sous une ruine, tourner à gauche. Remonter vers Canac.

1

Place Général de Gaulle - 81230 LACAUNE

Offices de Tourisme, Autres informations

OT Monts & Lacs en Haut Languedoc

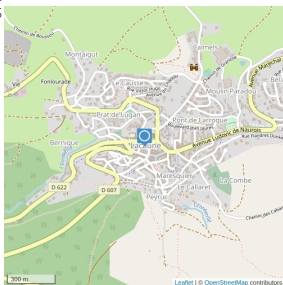


Office de Tourisme Monts & Lacs en Haut-Languedoc

Des Monts de Lacaune au plateau des lacs et des Monts de l'Espinouse au Caroux, toute l'équipe de l'Office de Tourisme est à votre écoute pour vous concocter des vacances à votre image en Monts & Lacs en Haut Languedoc!

L'Office de Tourisme Monts & Lacs en Haut Languedoc compte 7 bureaux d'information touristique dans le Tarn et l'Hérault:

- Anglès,
- Fraïsse-sur-Agout (Hérault),
- La Salvetat-sur-Agout (Hérault),
- Lac du Laouzas
- Lacaune-les-Bains,
- Murat-sur-Vèbre,
- Viane.



CONTACT

Téléphone : 05 32 11 09 45

Email : contact@tourismemlh.fr

Site web : <http://www.tourisme-montsetlacsenhautlanguedoc.com>

PÉRIODE D'OUVERTURE

Toute l'année.

